ELAN EXPERTISE

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Contact

Philippe RICHOUX
01 47 03 16 66
p.richoux@elanexpertise.com

Prendre la parole devant un public est un exercice que la vie professionnelle nous impose…et l'un des plus redoutés. De nombreux intervenants se retrouvent dans cette situation, d'autant plus anxiogène qu'ils ne s'y sont jamais préparés. Cette formation s'adresse à toute personne amenée à s'exprimer devant un auditoire. Elle permet d'appréhender et de maîtriser les techniques de communication indispensables à un propos clair, percutant et durable.
L'analyse de mises en situation filmées permet une progression rapide et durable.

Objectifs

- Prendre conscience des enjeux de la prise de parole des différentes situations et des objectifs,
- Mieux se connaître pour se préparer psychologiquement et techniquement,
- Intervenir devant un public en tenant compte de ses attentes.
- Concevoir et utiliser des supports efficaces et faire vivre son message en évitant les pièges
- Faire participer et répondre aux questions (débats / polémique)
- Se libérer des inhibitions psychologiques et des tensions physiques par des exercices simples
- Travailler ses gestes, sa voix, son regard, utiliser l'espace, adapter sa gestuelle
Valoriser sa personnalité et utiliser ses émotions à bon escient
- S'entraîner pour améliorer sa fluidité verbale
Mettre en adéquation l'image donnée et l'image perçue par les autres

Préparation :

- Indicateur de personnalité AECdisc®

Intervenant

Samuel LEGRAND
Ecole des Hautes Etudes Politique- Formateur en management

Programme

Ce module est essentiellement basé sur le mise en pratique in vivo. De nombreux exercices dont certains sont filmés permettent aux participants de s'approprier les différentes techniques .

Ces exercices sont toujours suivis d'une analyse par le groupe et le consultant. Ceci permet de mettre en évidence des bonnes pratiques et de réaliser des apports théoriques à partir d'exemples concrets

- Identifier son style oratoire : points forts et axes de progrès
- Comment préparer son intervention
- Notions de base : les besoins fondamentaux du public
- Gérer le trac et le stress avant une prise de parole
- Choisir et concevoir un support visuel
- Choisir son registre
- L'art du story telling
- Analogies et exemples concrets
- Libérer ses émotions et sortir de la langue de bois
- Visionnage de séquence vidéos d'orateurs célèbres
- Comment gérer un public difficile
- Faire participer et répondre aux questions (débats) :
  Questionnement / écoute / reformulation / circulation de la parole…
- Le langage du corps : contact visuel, posture, gestuelle, sourire…
- La voix au service de l'orateur : rythme, pause, intonation, silence, micro
- Congruence mode d'emploi : comment mettre en cohérence mon discours et mon langage corporel